

ねつと 6

平成28(2016)年

今月の
表紙

どろんこ田植え 楽しいな！

八田中学校3年生と東八田・西八田幼稚園の園児が、一緒に田植えを体験。地域の人に教わり、泥の感触を楽しみながら手植えました。5月13日、梅迫町の八田中学校近くの田んぼで。

主な
内容

自然災害に備えよう
クールスポットのご利用を
ゆるキャラグランプリ参戦
ふれあい出張市長室
7月23日は水無月まつり

2
4
5
5
6





応急処置を学ぼう！

災害時には多くの負傷者が出ることが予想されます。自分で自分の身を守ることはもちろん、家族や地域の人など身近な人と助け合うことが大切です。いざという時に適切な応急処置ができるよう、救命講習を受講しませんか。

講習の内容と開催日程

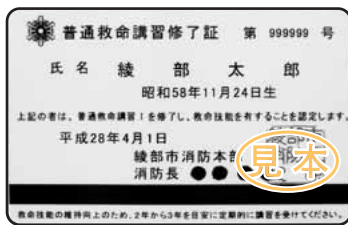
種 類	内 容 ・ 日 時
普通救命講習	心肺蘇生法（成人）、AEDの使用方法、異物除去法、止血法など 第2回 7月16日(土) 第3回 平成29年2月11日(土・祝) 午後7時～10時
上級救命講習 (全3日)	心肺蘇生法（成人、小児、乳児）、AEDの使用方法、異物除去法、止血法、搬送法、外傷の手当など 9月9、16、23日(金) 午後7時～10時 (23日は午後9時まで)
応急手当普及員講習 (全8日)	基礎知識（医学、資機材、指導法）、救命に必要な応急手当の基礎技術、その他の応急手当の基礎技術 11月8日(火)、11日(金)、15日(火)、18日(金)、22日(火)、25日(金)、29日(火)、12月2日(金) 午後7時～10時

※受講は無料。事前申し込みが必要です。
※日程は変更する場合があります。事前にご確認ください。
※上記以外でも、10人以上の受講希望があれば職場や公民館などに消防職員やボランティアが出向き、普通救命講習を実施します（市内に限る）。詳しくは下記へお問い合わせください。



応急処置を正しく行うためには、おおむね2年ごとの受講が必要です。すでに受講した人も、期間が空いている場合は再受講してください。

～修了証のデザインが変わりました～



救命講習修了証のデザインが変わり、プラスチックカードになりました。今年度以降の受講者に交付します。

〈問い合わせ〉消防本部警防課救急担当
電話(42)0119 ファクス(43)1483

自然災害に備えよう 日ごろから1人ひとりの心がけ

熊本地震や東日本大震災をはじめ、集中豪雨による土砂災害など、近年大規模な自然災害が発生しています。市内でも平成25、26年と立て続けに、台風や集中豪雨による浸水やかけ崩れに見舞われました。もしもの時に自分や周りの人たちの身を守るため、1人ひとりが普段から心がけて防災意識を高め、災害に備えましょう。



平成26年9月の豪雨による被害

予期せぬ災害に日ごろの備えを

地震や水害などの自然災害は、いつどこで起こるか予測できません。予期せぬ災害から身を守り適切な避難を行うために、日ごろから身近にある危険個所を把握したり、非常持ち出し品を準備したりすることが大切です。家族や地域で話し合い、避難が必要になった際のルートや緊急連絡先、連絡手段などを確認しておくことも重要です。また、自治会や自主防災組織が開催する避難訓練などにも積極的に参加し、地域全体で万一の災害に対処する準備をしておきましょう。

ハザードマップの活用を

ハザードマップは、災害が発生した際に被害が想定される区域を、地図上で分かりやすく示したものです。市は昨年度、綾部・中筋地区の土砂災害ハザードマップを作成。作成済みのほかの地区についても、避難所などの情報を修正しました。市ではこのほか、地震ハザードマップも作成しており、いずれも市公式ホームページで公開しています。マップには防災に役立つ基礎知識も記載。自宅や職場などでマップを確認し、災害時の避難行動に役立てましょう。

準備しておきたい 非常持ち出し品



- 懐中電灯 ●ラジオ
- 水、非常食
(火を通さずに食べられるもの)
- 救急医薬品 ●現金 ●預金通帳、印鑑
- 運転免許証 ●健康保険証
- 下着類、衣類 ●軍手 など

△もしもの時は情報収集を△

水害や土砂災害に備えて、日ごろからテレビやラジオなどで気象情報を収集しましょう。また、災害の危険があるときや災害発生時には、正しい情報入手することが安全の確保につながります。市は、緊急時の避難に関する情報をさまざまな方法でお知らせしますので、情報の受け取り方について確認をお願いします。

○防災行政無線

市内23か所に設置された屋外スピーカーと各自治会や避難所に設置された戸別受信機を通してお知らせします。聴き取りにくい場合は☎4700で確認できます。

○市公式ホームページ

トップページで緊急・災害情報を随時掲載します。

○あやべーる

あやべーるの「消防情報」配信を登録している人にお知らせします。配信は、下のQRコードから登録できます。



あやべーる登録QRコード

○緊急速報メール

綾部市域にいる人全員の携帯電話にお知らせします（一部機種を除く）。登録は不要です。

○FMいかる（76・3メガ）

通常の放送を中断して、緊急放送を行います。インターネットでサイマルラジオを聴くこともできます。下のQRコードからアクセスできます。



FMいかるサイマルラジオQRコード

このほか、車両広報やメールマガジン、ライブビジョン、地上波デジタルテレビのデータ放送などあらゆる手段でお知らせします。

補助制度をご利用ください

ご自宅の耐震化はお済みですか

地震から命や財産を守るために、木造住宅の耐震化が急務となっています。昭和56年6月の建築基準法改正により耐震基準が強化され、過去の震災では、法改正以降の建物の被害が少なかったことが報告されています。自宅の倒壊を防ぐため、同年5月31日以前に建てられた木造住宅は耐震診断を受け、必要な場合は耐震改修を行うことが大切です。市は、耐震診断士の派遣や改修について次のとおり支援を行っています。

木造住宅耐震診断士派遣事業

府に登録している診断士を派遣。派遣費用のうち、自己負担額は3000円。

木造住宅簡易改修事業

屋根の軽量化や壁、床、基礎の補強などの簡易な耐震改修のうち4分の3を補助（上限30万円）。

木造住宅耐震改修事業

改修経費（設計費用含む）のうち4分の3を補助（上限90万円）。詳しくは、建築課建築担当☎4287へ。

ご自宅や事業所に 雨水タンクを設置しませんか

市は今年度から、雨水をためるタンク設置費の補助金制度を創設。降雨時、一時的に各家庭のタンクに雨水をためることにより、河川の急激な増水を抑えて浸水被害を軽減するとともに、ためた雨水は散水などに有効活用できます。

詳しくは、今月号本紙お知らせ版をご覧ください。

まゆピー 7月22日から投票開始 ゆるキャラグランプリ2016 参戦

綾部市マスコットキャラクター「まゆピー」がゆるキャラグランプリ2016にエントリーし、綾部市を全国にPRします。皆さんの応援をお願いします。



投票方法
同グランプリの公式サイト
(<http://www.yurugp.jp/>)
でID登録し、1つのIDに
つき1日1票投票
できます。

サイトはこちらから



応援よろしくだっピー
1日1回投票してね

投票期間
7月22日(金) 10時～
10月24日(月) 18時

ゆるキャラグランプリって?
ゆるキャラグランプリ(同
実行委員会主催)は、地域活
性化のために頑張っているキ
ャクターの年に一度のお祭り。
全国のゆるキャラの中から、
人気投票でグランプリが選ば
れます。今年も「まゆピー」
の応援をお願いします。

みんなは知ってる?
まゆピーは、市制施行
40周年(平成2年)に誕
生し、長い間市民に親し
まれていたマスコットキ
ャクターです。
市が養蚕とともに発展
してきた歴史と、国内で
初めて「世界連邦都市宣
言」を行った平和のまち
であることを表現し、名
前は「繭(まゆ)」と「平
和(ピース)」にちなんで
います。

～ご案内～

〈日時〉

毎月、第2木曜日の午後1時30分～3時。
第4木曜日の午後7時～8時30分。※祝
日や、市長公務によっては変更もありま
すので、事前にお問い合わせください。

〈申し込み〉

所定の申込用紙に必要事項を記入し、秘
書広報課広報・広聴担当へ。申込用紙は
同課にあるほか、ホームページにも掲載
しています。

ファクス、電子メールでも受け付けます。

〈問い合わせ〉

秘書広報課

☎(42)4205、ファクス(42)4905

his yokoh@city.ayabe.lg.jp



西八田高齢者学級の皆さんと農村婦人の家で懇談

市長と眞田と懇談

ふれあい出張市長室

市長が市内の団体やグル
ープの活動場所などに出向き、
懇談する「ふれあい出張市長
室」。これまで交流の機会が
少なかった団体でも、活動内
容などをテーマに話合形式
でざっくばらんに話し合うこ
とができます。また市長が
「現地・現場」で得た情報は、
今後のまちづくりの参考とな
ります。10人前後のグルー
プでも受け付けます。お気軽に
お申し込みください。

夏の クールスポット

市は、今年も夏の節電の取り組みとして、「クールスポット」
を開設します。自宅のエアコンの電源を切って、各施設へ出
掛けることで、節電に努めましょう。

保健福祉センター、上林
いきいきセンターも指定

市は今年、通例のクールス
ポットである図書館と市民プ
ール、清山荘に加え、保健福祉
センターと上林いきいきセン
ターの2か所も新たなクール
スポットとして指定しました。
期間中、市民プールと清山
荘は入場無料にするほか、図
書館では全13回のお話会に加
え7月10日(日)には「なつの
つどい」(人形劇と工作教室)
を開催します。保健福祉セン
ターと上林いきいきセンター
は、平日のみクールスポッ
トとして開放。施設を利用し、
夏を快適に涼しく過ごしまし
よう。

図書館 (新宮町)

7月1日(金)～8月31日(水)
9:30～18:00
7月4、11、18日、8月29、30日は休館
イベントも実施!読書手帳は新
たに8種類追加。期間中に来館
した利用者にプレゼント!!
電話(42)6980

市民プール (大島町)

7月21日(木)～8月31日(水)
10:00～18:00
期間中は無休
利用料無料!(専用使用を除く)
電話(40)1788(水夢)

清山荘 (里町)

7月1日(金)～8月31日(水)
9:00～16:00 日曜と祝日を除く
入館料無料!期間中もレクリエ
ーションを行います。
電話(42)4601

保健福祉 センター (青野町)

7月1日(金)～8月31日(水)
8:30～17:15
土・日曜、祝日を除く
今年から**1階ラウンジを開放!**
電話(42)0111

上林いきいき センター (八津合町)

7月1日(金)～8月31日(水)
8:30～17:15
土・日曜、祝日を除く
今年から**1階待合室を開放!**
電話(54)0095

善聞 語録



76

日本の宿命

熊本での地震発生以降、
現地では余震が収まらず、
いまだ多くの人が避難を余
儀なくされている。ちなみ
に阪神大震災時に当地に住
んでいた自身の経験からし
て、実はこの余震が被災者
の気力と体力を著しく削い
でしまう。地震予知の難し
さは理解するものの、言い
訳じみた地震学者の解説が
今回も虚しく響く。研究に
多額の予算が投じられてい
るにもかかわらず、熊本地
震を予測して警告を発した
学者は皆無。地震予知への
風当たりが厳しくなるのも
無理はなからう。

一方、的確な地震の時
期や場所、或いは規模の予
知は不可能と割り切り、地
震発生後に最初に届くP波
と遅れて到達するS波の時
間差を利用して被害を最小
限に食い止める研究を進め
る学者もいる。「初期微動継
続時間」に着眼したもので、
要はカタカタ小刻みに揺れ
るP波を出来るだけ早く察
知し、ドーンと破壊力の強
いS波に見舞われるまでの
僅かな時間(数秒～数十秒)
に何が出来るかを考える。
例えば一斉に警報を発した
り、あらゆる火元を強制的
に消したり、エレベーター
を近くの階で緊急に止めた
りすることは可能であろう。
いずれにしても我が国で
はどこでも地震が起こりう
るのだという認識が必要
で、地震のみならず台風や
大雨等の脅威は、日本とい
う国が自然の恵を享受する
とともに背負った宿命でも
ある。その意味では、必ず
襲ってくる「仮想敵国」と
は実は「地震の脅威」であ
り、その備えが国防の基本
とも言えよう。

山崎善也(綾部市長)



茶摘みでふれあい

快晴の中、5月13日に何北中学校全校生徒と物部小学校・志賀小学校の3年生児童が、物部町の何北中学校の茶園で茶摘みを体験。小中一貫教育の取り組みとして昨年度から行っており、あやべ作業所やPTA、自治会の方も多数参加し、交流を深めながら茶葉を収穫しました。

運動で生き生き元気な体づくり



市体育協会らは、市民の健康づくり意識の高揚と市民1人1スポーツの普及などを目的に、今年も5月25日から31日までの日程で「健康一番 綾部市2016いきいきわくわくチャレンジウィーク」を開催しました。上野町の綾部幼稚園では27日、取り組みの一つとしてレクリエーション協会の澤田正一さんを講師に迎え、親子で体を使った遊びを楽しみました。

色とりどりの花開く 春のバラまつり開催



市民ボランティア・綾部バラ会の皆さんが丹精込めて手入れした青野町の綾部バラ園のバラは、例年にも増して美しく咲いたと大好評。5月21日の春のバラまつりオープニングには、多くの家族連れらが来園し、120種1,200本の色彩豊かなバラを楽しみました。同まつりは、6月30日まで開催しています。



良質の茶づくり担う製茶工場激励

全国的にも評価が高い綾部産の茶は、市を代表する特産品の一つ。5月18日、山崎善也市長が小西茶業組合を、19日、山崎清吾副市長が綾部緑茶生産組合と綾部の製茶工場を訪問。新茶の爽やかな香りに包まれた工場内で、一連の製茶工程を見学し、作業する茶業組合員らを激励しました。



あやべ水無月まつりのPRポスターの原画は、綾部高校美術部の皆さんが制作。綾部大橋や由良川を流れる万灯流しなど、綾部の祭りをイメージして描かれました。

ポスターが完成!



綾部の夏といえば!

あやべ水無月まつり

7月23日(土)

夏の一大イベント、あやべ水無月まつり(同まつり実行委員会主催)が7月23日(土)に市街地を中心に開催されます。由良川河畔では、優しい1万個の明かりが漂う「万灯流し」と約4000発の花火が川面を照らし、西町アイタウンでは、さまざまな踊りが披露される「サマフェスあやべ」が初めて行われます。

FMいかる(76.3MHz)で生中継

今年も西町のスタジオに加え、花火会場にもブースを設置。市内の駐車場の空き情報や会場に入る車の渋滞情報、イベント情報をリアルタイムでお届けします。また、花火を会場以外から観覧している人にも祭りを体感していただけるよう、実況生中継も行います。

みなつき献血にご協力を

青野町の保健福祉センターでは「みなつき献血」が行われます。400ミリ献血と、

水無月まつりスケジュール

7月23日(土)

- 10:00~12:00、13:00~15:30
みなつき献血(保健福祉センター)
- 17:15~20:00
サマフェスあやべ(西町アイタウン)
- 18:00~21:00
あいセンター無料開放(1・Tビル5階)
- 19:00~
行灯ナイトストリート(大本通り)
- 19:30~
万灯流し(由良川)
- 20:00~20:45
花火大会(由良川河畔)
- 20:40~21:45(予定)
サマフェスあやべ(西町アイタウン)

7月1日(金)~24日(日)

あやべ水無月ギャラリー(1・Tビル1階)

7月28日(木) 10:00~

水無月大祭(熊野新宮神社)

サマフェスあやべ 初開催

今回はあやべ良さ来だけでなく、ヒップホップダンスなどさまざまな踊りが披露されます。

園児が描く 水無月まつり

7月1日から24日まで西町一丁目の1・Tビル1階で、あやべ水無月ギャラリーを開催。市内各幼稚園、幼児園、保育園、こども園の園児が描いた祭りの絵が展示されます。ぜひご覧ください。

募集

実行委員会では当日まで、ふるさと花火に協賛いただける人を募集しています。申し込み、問い合わせは実行委員会事務局へ。

あやバスで行こう!

当日は、会場周辺の車の混雑が予想されます。あやバスなどの公共交通機関で会場へ、第2市民グラウンドなどは、第2市民グラウンドなど会場周辺12か所に約1500台分の無料駐車場を確保していますのでご利用下さい。

あやべ水無月まつり 花火写真コンテスト 作品募集

詳しくは実行委員会事務局へ。

同事務局(商工会議所) ☎(42)0701



まゆびーも踊るよ!

くらしの資金 7月19日～29日受け付け

市では、生活の不安定な世帯を対象に暮らしに必要な資金を無利子・無担保でお貸しします。ただし、これまでの借入金が未返済の世帯には、今回新たに貸し付けはできませんのでご了承ください。

貸付金／1世帯10万円以内。**貸付予定日**／8月12日(金)。**返済**／貸付日から2年以内。**申込み**／7月19日(火)～29日(金)に福祉課へ。

☎ 同課保護担当
(42) 4257

平成28年度国保料の料率決定

平成28年度の国民健康保険料の料率を決定しました。料率は、27年度と変更ありません。

医療分／所得割7・10割、均等割(1人当たり)20400円、平等割(世帯当たり)14500円。**後期高齢者支援金分**／所得割2・69割、均等割7700円、平等割5500円。**介護分**／所得割3・04割、均等割10500円、平等割5400円。**最高限度額**／医療分54

万円、後期高齢者支援金分19万円、介護分16万円。

保険料は医療分と後期高齢者支援金分の合計額。40～64歳の人(2号被保険者)は、これに介護分を加えた額になります。納期は6月から来年3月までの年10回です。ただし、特別徴収に該当している人は年金支給時に保険料を天引きします。なお、加入世帯の所得により、均等割額・平等割額の7割、5割、2割を軽減する制度があります。この軽減は、所得の申告がないと適応されませんのでご注意ください。

☎ 市民・国保課
(42) 4246

年金生活者等支援臨時福祉給付金(高齢者向け給付金)について

市は、低所得の高齢者を支援するための給付金を支給します。**対象**／平成27年度臨時福祉給付金の支給対象者のうち、昭和27年4月1日以前に生まれた人で、お手元に申請書が届いている人。**給付額**／給付対象者1人につき3万円。**申込み**／8月10日(水)までに民生児童課か上林いきいきセンターへ。木曜日の窓口延

長での受け付けは行いません。

☎ 民生児童課
(42) 2639、
(42) 4250

平成28年度狩猟免許試験

府は、平成28年度狩猟免許試験を行います。また、府猟友会が試験に伴う講習会を行います。

試験①Ⅱ日程／7月2日(土)。**場所**／京都社会福祉会館(京都市)。**申込み**／6月23日(木)まで。**試験②Ⅱ日程**／8月28日(日)。**場所**／京都社会福祉会館(京都市)。**申込み**／8月18日(木)まで。**試験③Ⅱ日程**／9月3日(土)。**場所**／市民センター(並松町)。**申込み**／8月25日(木)まで。

試験④Ⅱ日程／12月8日(木)。**場所**／京都社会福祉会館(京都市)。**申込み**／12月1日(木)まで。**共通Ⅱ時間**／午前9時30分。**受付**／府綾部総合庁舎。**手数料**／京都府収入証紙による納付で5200円。

講習会①Ⅱ日程／6月25日(土)。**申込み**／6月17日(金)まで。**講習会②Ⅱ日程**／8月20日(土)。**申込み**／8月2日(火)まで。**講習会③Ⅱ日程**／12月3日(土)。**申込み**／11月7日(月)から25日

(金)まで。

共通Ⅱ時間／午前9時～。**場所**／ガレリアかめおか(亀岡市)。**受講料**／12000円。**受付**／府猟友会。

☎ 府中丹広域振興局
府猟友会
0773-622593
075(821)5225

狩猟免許取得補助

有害鳥獣を捕獲するには必ず狩猟免許が必要です。

市では、有害鳥獣による農林産物などへの被害減少と狩猟者の担い手対策を目的に、市内在住で、新規に狩猟免許を取得し有害鳥獣の捕獲活動に従事しようとする人に対して、免許取得に要した費用の3分の2を補助します。詳しくは、農林課までお問い合わせください。

☎ 同課
(42) 4362

福祉・介護職への就職を目指す人を応援します

京都ジョブパーク福祉人材コーナーでは、福祉・介護職への就職を目指す人のサポートを

行っています。資格・経験は問いませんので、お気軽にお問い合わせください。

福祉・介護のお仕事相談会Ⅱ日時／7月19日(火)午後1時～4時。**場所**／ハローワーク綾部(宮代町)。**申込み**／事前予約制。福祉の資格取得や職場見学、福祉業界への就職などお気軽にご相談ください。

福祉・介護の就業相談Ⅱ日時／毎週月～金曜日午前9時～午後5時(第2金曜日は午前9時～午後7時)。**場所**／京都ジョブパーク福祉人材コーナー(福知山市)。**申込み**／事前予約制。北京都ジョブパーク福祉人材コーナー

☎ 223878
ファクス(22)2818

平成28年熊本地震により避難されている皆さんへ

平成28年熊本地震により、熊本県内の住民票がある市町村から、ほかの市町村へ避難している人は、避難前にお住まいであった市町村(住民票のある避難元市町村)に避難先などの連絡をお願いします。

連絡内容の詳細と窓口につい

ては、総務省や市のホームページをご覧ください。

☎ 市民・国保課
(42) 4245

募集

特定地域生活排水処理事業設置希望者

市では「特定地域生活排水処理事業(合併処理浄化槽を市が設置する水洗化事業)」の今年度以降の設置希望者を募集しています。

この事業では、市が個人の土地の一部を無償で借り受け、浄化槽の設置と管理を行います。対象地域は公共下水道、農業集落排水区域以外。設置後は、分担金と使用人数に応じた使用料を徴収します。詳しくは下水道課へ。

☎ 同課
(42) 4296

綾部市永井賞募集

市内の地域産業(商工、観光、農林漁業)の振興・発展に貢献、または将来性のある取り組みを行っている団体・企業・個人

(自薦・他薦は問いません)を募集します。

応募期限／9月16日(金)必着。**顕彰の種類(褒賞品目)**／永井大賞(賞金100万円)、永井賞(賞金50万円)、永井奨励賞(賞金30万円)。**応募方法**／所定の応募用紙に必要事項を記入の上、商工労政課へ。応募用紙は、市ホームページ(産業・ビジネス/産業)からダウンロードできます。

☎ 商工労政課
(42) 4263

2016里山サイクリングin綾部

里山サイクリングin綾部実行委員会では、サイクリング大会の参加者を募集します。

日時／9月22日(木・祝)午前8時～受け付け。午前9時～開会式。**会場**／二王公園(睦寄町)発着。**距離・定員**／水源の里・周遊コースⅡ約60km・400人。

水源の里・市志コースⅡ約25km・100人。資格／小学4年生以上の健康で完走できる自信のある人。小学生は保護者の伴走が必要。**参加料**／中学生以上Ⅱ周遊コース2000円。市志コース1500円。小学生Ⅱ100

0円。**申込み**／8月22日(月)までに文化・スポーツ振興課へ。

☎ 同課
(42) 4356

農用地の借受希望者募集

農家に農用地を貸し出す「農地中間管理事業」を実施している京都府農業総合支援センター(京都府農地中間管理機構)では、今年度1回目の農地借受希望者の募集を行います。

対象者／規模拡大などで新たな農用地を借りたい農家、分散した農用地を借り換えなどで団地化した農家、地域の農用地をまとめて借りようとする集落営農法人など。**募集期間**／7月1日(金)から8月1日(月)まで。

☎ 京都府農業総合支援センター
農林課
075(417)6868
(42) 4266

人口・火災

6月1日現在の綾部市の推計人口は33532人(男16068、女17464)。世帯数は13783世帯です。同日現在の火災発生状況は5件(建物3件)です。

給与振込・年金受取口座のご指定は
近くて便利な“ほくとしんきん”へ！

地域元気宣言の
京都北都信用金庫

綾部中央支店 TEL 0773(42)0380
西町支店 TEL 0773(42)1080
中筋支店 TEL 0773(42)7788

URL <http://www.hokuto-shinkin.co.jp/>

福祉の仕事にチャレンジしてみませんか！
まずは見学からでも歓迎です！

**職員
急募**

- 看護師(夜勤なし)
- ホームヘルパー
- 障害者の相談員
- 生活支援員
- 介護職員
- 調理員

いこいの村聴覚言語障害センター

綾部市十倉名畑町久瀬谷2番地
TEL(0773)46-0101 FAX(0773)46-0610 総務課



スープカレーに仲間が増えました！

ココナッツカレー

豆類やトマトなどの野菜を中心に
ココナッツミルクで仕上げた少しコクのあるカレーです。まずは、一度お試しください！

店内は、上原雅子さんの
とてもかわいいクラフト展開催中です！！

KANPOU & Cafe 綾部市本町2丁目3
赤尾漢方薬局&悠々 ☎0773-42-0425

マンボの王様!!

ペレスフロード楽団

7月24日 14:00開演

〈指定席〉 3,000円
〈自由席〉 一般 2,000円
高校生以下 1,500円

京都府中丹文化会館
☎0773-42-7705

大家族の湯

～休館のお知らせ～

メンテナンス作業の為

7月4[月]5[火]6[水]

休館日とさせていただきます。

※ホテル・食事処は通常通り営業しております。

京綾部ホテル 0773-40-5100

わたしたちは誰もが安心して暮らせる
やさしい街づくりを目指しています。

>>スタッフ募集<<
☐ケアマネジャー

ミストラル介護センター

0773-47-5333 綾部市栗町土居ノ内31
ミストラルサービス 検索

健康相談・栄養相談

日 7月25日(月)

交通事故相談

日 7月13、27日(水)

時 9時〜11時30分、13時〜16時

場 府福知山総合庁舎(福知山市)

問 市民協働課 ☎ (42) 4248

女性相談

日 7月6日(水)

時 13時20分〜16時10分

場 あいセンター(西町二丁目)

申 問 あいセンター ☎ (42) 1801

人権相談

日 7月8日(金) 時 13時〜15時

場 市役所まちづくりセンター、物部会館(物部町)、上林いさいきセンター(八津台町)

※ 物部、上林会場は申し込み必要

申 問 人権推進課 ☎ (42) 4249

保健推進課

☎ (42) 0111

女性相談

日 7月6日(水)

時 13時20分〜16時10分

場 あいセンター(西町二丁目)

申 問 あいセンター ☎ (42) 1801

人権相談

日 7月8日(金) 時 13時〜15時

場 市役所まちづくりセンター、物部会館(物部町)、上林いさいきセンター(八津台町)

※ 物部、上林会場は申し込み必要

申 問 人権推進課 ☎ (42) 4249

保健推進課

☎ (42) 0111

生活相談

日 7月26日(火) 時 10時〜16時

場 市役所まちづくりセンター

就職相談

日 7月26日(火) 時 10時〜16時

場 市役所1階会議室

※ 定員5人

申 問 商工労政課 ☎ (42) 4265

法律相談

日 7月21日(木) 時 13時〜17時

場 市民ホール(宮代町)

※ 申し込みは7月14日(木) 8時30分〜。先着10人

申 問 市民協働課 ☎ (42) 4248

行政相談

日 7月20日(水) 時 13時〜16時

場 市役所まちづくりセンター第2会議室

問 市民協働課 ☎ (42) 4248

調停相談

日 7月20日(水)

時 9時30分〜正午

場 市民ホール(宮代町)

問 市民協働課 ☎ (42) 4248

保健福祉センター(青野町)

時 9時30分〜11時30分

場 保健福祉センター(青野町)

申 問 保健推進課 ☎ (42) 0111

生活相談

日 7月26日(火) 時 10時〜16時

場 市役所まちづくりセンター

就職相談

日 7月26日(火) 時 10時〜16時

場 市役所1階会議室

※ 定員5人

申 問 商工労政課 ☎ (42) 4265

法律相談

日 7月21日(木) 時 13時〜17時

場 市民ホール(宮代町)

※ 申し込みは7月14日(木) 8時30分〜。先着10人

申 問 市民協働課 ☎ (42) 4248

行政相談

日 7月20日(水) 時 13時〜16時

場 市役所まちづくりセンター第2会議室

問 市民協働課 ☎ (42) 4248

調停相談

日 7月20日(水)

時 9時30分〜正午

場 市民ホール(宮代町)

問 市民協働課 ☎ (42) 4248

保健福祉センター(青野町)

時 9時30分〜11時30分

場 保健福祉センター(青野町)

申 問 保健推進課 ☎ (42) 0111

あいセンター

日 7月3日、8月7日(日)

時 9時〜18時

無料開放

総合運動公園第2体育館

日 7月3日、8月7日(日)

時 9時〜17時

場 上杉町 ☎ (44) 0990

多重債務相談(司法書士会)

日 8月2日(火) 時 13時〜16時

場 市役所

※ 申し込みは7月26日(火) 29日(金)

申 問 商工労政課 ☎ (42) 4263

税金相談(税理士会)

日 7月27日(水) 時 13時〜16時

場 市役所1階会議室

※ 受け付けは15時30分まで

問 税務課 ☎ (42) 4235

成年後見相談

日 7月27日(水) 時 13時〜15時

場 福祉ホール(川糸町)

申 問 社会福祉協議会 ☎ (43) 2881

第3会議室

※ 定員5人

申 問 商工労政課 ☎ (42) 4265

あいセンター

日 7月3日、8月7日(日)

時 9時〜18時

無料開放

総合運動公園第2体育館

日 7月3日、8月7日(日)

時 9時〜17時

場 上杉町 ☎ (44) 0990

多重債務相談(司法書士会)

日 8月2日(火) 時 13時〜16時

場 市役所

※ 申し込みは7月26日(火) 29日(金)

申 問 商工労政課 ☎ (42) 4263

税金相談(税理士会)

日 7月27日(水) 時 13時〜16時

場 市役所1階会議室

※ 受け付けは15時30分まで

問 税務課 ☎ (42) 4235

成年後見相談

日 7月27日(水) 時 13時〜15時

場 福祉ホール(川糸町)

申 問 社会福祉協議会 ☎ (43) 2881

第3会議室

※ 定員5人

申 問 商工労政課 ☎ (42) 4265

市民センター競技場

日 7月10日(日)

時 8時30分〜17時

場 並松町 ☎ (42) 1320

市役所の窓口延長

日 7月7、14、21、28日

8月4、18、25日(木)

時 19時まで

※ 戸籍・国保関係の届出、各種証明書の発行、市税などの納入(納付書必要)

問 市民・国保課 ☎ (42) 4245、☎ (42) 4246

ご寄付

ありがとうございます

5月受付分(敬称略)

《地域振興基金に》

協同組合日東協力会(井倉町)

《社会福祉事業基金に》

前田道子(寺町) 3千円

竹内早智子(栗町) 3千円

《紫水ヶ丘公園に》

由良源太郎(本町一丁目) 2万1千円

河津桜と植樹 2万1千円

既存樹木の移植 42本

石柱 1基

右記に係る維持管理一式

市民センター競技場

日 7月10日(日)

時 8時30分〜17時

場 並松町 ☎ (42) 1320

市役所の窓口延長

日 7月7、14、21、28日

8月4、18、25日(木)

時 19時まで

※ 戸籍・国保関係の届出、各種証明書の発行、市税などの納入(納付書必要)

問 市民・国保課 ☎ (42) 4245、☎ (42) 4246

ご寄付

ありがとうございます

5月受付分(敬称略)

《地域振興基金に》

協同組合日東協力会(井倉町)

《社会福祉事業基金に》

前田道子(寺町) 3千円

竹内早智子(栗町) 3千円

《紫水ヶ丘公園に》

由良源太郎(本町一丁目) 2万1千円

河津桜と植樹 2万1千円

既存樹木の移植 42本

石柱 1基

右記に係る維持管理一式

講座・教室

生活習慣病予防教室

日 7月2日(土) 時 10時〜正午

場 市立病院(青野町)

問 市立病院 ☎ (43) 0123

糖尿病教室

日 7月11日(月) Ⅱ 試食会

時 12時30分〜14時30分

日 7月25日(月)

時 13時〜15時

場 市立病院(青野町)

※ 試食会は申し込み、実費必要

申 問 市立病院 ☎ (43) 0123

ぶくぶくひろば

日 7月12日(火)

時 9時45分〜10時受付

場 保健福祉センター(青野町)

※ 妊婦、6か月までの乳児とその保護者対象。持ち物は母子手帳

問 保健推進課 ☎ (42) 0111

里山そば打ち教室「すみか」

日 7月13日(水)

時 9時30分〜、13時30分〜

場 里山交流研修センター(鍛冶屋町)

※ 参加費2700円(試食代込)

申 問 里山ねっと・あやべ

講座・教室

生活習慣病予防教室

日 7月2日(土) 時 10時〜正午

場 市立病院(青野町)

問 市立病院 ☎ (43) 0123

糖尿病教室

日 7月11日(月) Ⅱ 試食会

時 12時30分〜14時30分

日 7月25日(月)

時 13時〜15時

場 市立病院(青野町)

※ 試食会は申し込み、実費必要

申 問 市立病院 ☎ (43) 0123

ぶくぶくひろば

日 7月12日(火)

時 9時45分〜10時受付

場 保健福祉センター(青野町)

※ 妊婦、6か月までの乳児とその保護者対象。持ち物は母子手帳

問 保健推進課 ☎ (42) 0111

里山そば打ち教室「すみか」

日 7月13日(水)

時 9時30分〜、13時30分〜

場 里山交流研修センター(鍛冶屋町)

※ 参加費2700円(試食代込)

申 問 里山ねっと・あやべ

日程 時間 場所

申込み必要 問い合わせ先

☎ (47) 0040

森林ボランティア活動

日 7月16日(土) 時 10時〜15時

場 里山交流研修センター(鍛冶屋町)

※ 参加費500円

申 問 里山ねっと・あやべ ☎ (47) 0040

はじめてでもできる!?

チェンソーアート教室

日 7月16、30日(土)

時 13時〜16時

場 京都丹州木材市場(小畑町)

※ 1日完結。参加費3000円

申 問 里山ねっと・あやべ ☎ (47) 0040

第17回薬草教室

日 7月18日(月・祝) 時 10時〜15時

場 あやべ温泉三王館、薬草園(睦寄町)

※ 参加費3500円。定員40人。送迎あり(申し込み必要)

申 問 シルバー人材センター ☎ (42) 9030

元気はつらつ教室(栄養教室)

日 7月20日(水)

日程 時間 場所

申込み必要 問い合わせ先

☎ (47) 0040

森林ボランティア活動

日 7月16日(土) 時 10時〜15時

場 里山交流研修センター(鍛冶屋町)

※ 参加費500円

申 問 里山ねっと・あやべ ☎ (47) 0040

はじめてでもできる!?

チェンソーアート教室

日 7月16、30日(土)

時 13時〜16時

場 京都丹州木材市場(小畑町)

※ 1日完結。参加費3000円

申 問 里山ねっと・あやべ ☎ (47) 0040

第17回薬草教室

日 7月18日(月・祝) 時 10時〜15時

場 あやべ温泉三王館、薬草園(睦寄町)

※ 参加費3500円。定員40人。送迎あり(申し込み必要)

申 問 シルバー人材センター ☎ (42) 9030

元気はつらつ教室(栄養教室)

日 7月20日(水)

9時30分〜13時

場 保健福祉センター(青野町)

※ 65歳以上対象。定員30人。持ち物は健康手帳。食材費300円。内容は「おいしく食べるための口の健康」

申 問 保健推進課 ☎ (42) 0111

うどん打ち体験

くるくるうどん大作戦

日 7月24日(日) 時 10時〜正午

場 里山交流研修センター(鍛冶屋町)

※ 参加費1000円(中学生以下700円、3歳以下で保護者と一緒に体験する場合は無料)

申 問 里山ねっと・あやべ ☎ (47) 0040

催しなど

きゅうり封じ薬師大祭

日 7月8日(金)

時 8時30分〜15時受付

場 宝住寺(味方町)

問 宝住寺 ☎ (42) 1139

喫茶シボラ

日 7月11日(月)

時 13時〜15時30分

場 林業者等健康管理センター(故屋岡町)

※ 参加費100円。あやべ作業所などの製品販売あり

9時30分〜13時

場 保健福祉センター(青野町)

※ 65歳以上対象。定員30人。持ち物は健康手帳。食材費300円。内容は「おいしく食べるための口の健康」

申 問 保健推進課 ☎ (42) 0111

うどん打ち体験

くるくるうどん大作戦

日 7月24日(日) 時 10時〜正午

場 里山交流研修センター(鍛冶屋町)

※ 参加費1000円(中学生以下700円、3歳以下で保護者と一緒に体験する場合は無料)

申 問 里山ねっと・あやべ ☎ (47) 0040

催しなど

きゅうり封じ薬師大祭

日 7月8日(金)

時 8時30分〜15時受付

場 宝住寺(味方町)

問 宝住寺 ☎ (42) 1139

喫茶シボラ

日 7月11日(月)

時 13時〜15時30分

場 林業者等健康管理センター(故屋岡町)

※ 参加費100円。あやべ作業所などの製品販売あり

あやべボランティア総合センター

☎ (40) 1388、ファクス(40) 1389

口上林川まつり

日 7月17日(日) 時 10時〜15時

場 上林清流の里公園(十倉向町)

問 口上林地区自治会連合会 ☎ (45) 1821

農大マルシェ2016

日 7月23日(土) 時 9時〜正午

場 農業大学校(位田町)

問 農業大学校 ☎ (48) 0321

綾部天満宮夏季大祭

日 7月24日(日) 時 10時〜

場 綾部天満宮(天神町)

問 観光協会 ☎ (42) 9550

土用の丑まつり

日 7月30日(土)

時 0時〜(宵宮祭)

時 8時〜(本殿祭)

場 高倉神社(高倉町)

問 観光協会 ☎ (42) 9550

相談

育児相談

日 7月4日(月)

時 10時〜11時受付

場 保健福祉センター(青野町)

あやべボランティア総合センター

☎ (40) 1388、ファクス(40) 1389

口上林川まつり

日 7月17日(日) 時 10時〜15時

場 上林清流の里公園(十倉向町)

問 口上林地区自治会連合会 ☎ (45) 1821

農大マルシェ2016

日 7月23日(土) 時 9時〜正午

場 農業大学校(位田町)

問 農業大学校 ☎ (48) 0321

綾部天満宮夏季大祭

日 7月24日(日) 時 10時〜

場 綾部天満宮(天神町)

問 観光協会 ☎ (42) 9550

土用の丑まつり

日 7月30日(土)

時 0時〜(宵宮祭)

時 8時〜(本殿祭)

場 高倉神社(高倉町)

問 観光協会 ☎ (42) 9550

相談

育児相談

日 7月4日(月)

時 10時〜11時受付

場 保健福祉センター(青野町)

食品仕分け作業スタッフ大募集

【勤務時間】① 8:30〜12:00(休憩15分) ② 12:00〜17:30(休憩30分) ③ 18:30〜22:00(休憩15分)

【休日】①土・日、②〜③金・土

【時給】810円〜835円

《応募》下記フリーダイヤルよりお気軽にお電話ください。

株式会社 関西丸和ロジスティクス

☎ 0120-082-054

京都府綾部市坂が丘3丁目5-2〈採用HP〉<http://job-gear.jp/kansaimaruwa/>

《勤務地》

京都生協様

北部物流センター内

(綾部市坂が丘3丁目5-2)

綾部駅からの送迎バス利用可

※ 作業内容の見学のみでも対応します!

なが——い、おつきあい。

京都銀行はさまざまなシーンで皆様を応援します!

京都銀行

綾部支店 TEL.0773(42)8711

定休日が第4月曜日のみとなりました

ご来館お待ちしております

あやべ温泉

京都府綾部市睦寄町在ノ向10

TEL 0773-55-0262

毎月第4月曜日休館(祝日の場合は翌日)

田舎生活再生

田舎住宅 どうしよう? 売 貸

そんな時は原田商店に相談してみませんか? (査定) (買取) (仲介) します

H 有限会社 原田商店

HARASHO CO.,LTD.

京都中京区西ノ70 FAX.0773-42-8866 <http://www.inakaenkaku.com>

●お問合せは TEL.0773-42-0823

住みたい方も紹介します

スタッフ募集

介護スタッフ 看護スタッフ

フェイスブック開設!!

日々の活動の様子をご覧ください

<https://www.facebook.com/asjn.jp>

社会福祉法人 松寿苑

☎ 0773-43-1123

守り伝えたいふるさとの文化財

高津町の八幡宮 府指定有形文化財に



「高津の八幡さん」の愛称で地域の人たちから親しまれている高津町の八幡宮。同宮社殿がこのほど、府の有形文化財（建造物）に指定されました。

住んでよかった
みたくなる…
27

綾部発
情報
すくらんぶる

江戸時代後期の荘厳な社殿

八幡宮は元慶5（881）年、石清水八幡宮（八幡市）の別宮として創建されたと伝えられており、歴代の綾部藩主から崇敬を受けました。五柱の御神体を祀った本殿と拝殿を幣殿でつないだ大規模な複合社殿は、九代藩主・九鬼隆都が12年の歳月をかけて再建し、江戸時代後期の嘉永5（1852）年に上棟されたもの。昭和60年に市指定文化財に、そして今年3月、改めてその価値が認められ、府指定有形文化財になりました。

近隣に類を見ない伝統建築

地元の大工・桑原兵右衛門と大槻奎助が手掛けた社殿は、本殿から大きくせり出した妻飾りが三重である▽向拝が折

本殿の壁側面（妻飾り）は装飾性が高く、見えがある

向拝の格子状の天井は折上小組格天井と呼ばれ、近隣に例がない

飾られている彫刻は、丹波・丹後に多く見られる彫物師によるものではなく、相野徳兵衛が手掛けたとして注目されている



上小組格天井である▽彫物を大坂の彫物師・相野徳兵衛が手掛けているーなど、いずれも近隣に類例が少ない、また

告祭、24日には奉祝参拝が開催され、見事な造りや彫物に見入った参拝者から、感嘆の声が上がりました。

は例がなく、技術的・意匠的にも非常に優れています。また、社蔵文書などにより造営の経過が把握でき、学術的にも高い価値が認められました。

みんなで守り伝える地域の宮

府の有形文化財に指定されたことを受け、4月17日に奉

同宮筆頭の内藤義明さんは「立派なお宮さんを改めて皆さんに認めていただき、大変大きな喜びです。これから役員、会員などみんなの力で守り伝え、そして多くの人に訪れていただきたいです」と語りました。

「住んでよかった 住みたくなる…綾部発 情報すくらんぶる」は、綾部市の施策・制度・イベント・名所・活躍する個人や団体…など、綾部のホットな市政情報や旬の話題を幅広くお届けします。



◆ 第42回あやべ盆おどり大会 同時開催 あやべ夏あかり ◆

綾部の晩夏の風物詩として知られる「あやべ盆おどり大会」を今年も「あやべグンゼスクエア」で開催します。昨年好評を博した「あやべ夏あかり」も同時開催予定。綾部市民はもちろん、お盆で故郷に帰省している人も、ぜひ気軽にご参加ください。

◇主催:あやべ盆おどり大会実行委員会
日時:8月15日(月)午後7時～9時
場所:あやべグンゼスクエア(青野町)



～あやべ踊り練習会のお知らせ～

盆おどり大会に向け、綾部踊り保存会の指導による『あやべ踊り練習会』を実施します。どなたでも参加できます。※参加費無料、事前申し込み不要

◇日程:7月5日(火)、19日(火)、8月4日(木)

時間:いずれも午後7時30分から

場所:市民ホール(宮代町)

<問い合わせ>

観光協会(同大会実行委員会事務局) 電話(42)9550

～ 雨水タンク設置補助について～

通称 **マイクロ香蔵**

市は、平成28年度から雨水の流出を抑制し、有効利用できる雨水貯留施設(雨水タンク)を設置する人への補助金制度を実施します。

●対象

市内の一般家庭や事業所などの建物に、これから設置する雨水タンクで1000以上の容量のもの

●条件

建物1戸につき1基
複数の建物を所有、または使用している場合は、1年度につき2基

●補助金の額

購入費の4分の3の金額で上限は45,000円(千円未満は切り捨て)

*申請書類など、詳しくはお問い合わせください。

*交付決定通知を受ける前に雨水タンクを購入すると補助対象外となりますので、ご注意ください。

<問い合わせ>

下水道課管理担当 電話(42)4294



もの忘れ相談

綾部市では、高齢者やその家族を対象に「もの忘れ相談」を実施しています。相談に応じるのは、グループホームの相談員が専門医です。相談員は、認知症の方への接し方などをアドバイス。専門医は、認知症への不安を感じている高齢者の悩みなどに耳を傾けます。

相談は本人と一緒に来られなくても、ご家族のみでも差し支えありません。相談の内容に応じて地域包括支援センターの職員が適切な支援を行います。気軽にご相談ください。

相談日 相談員=8月19日(金)

医師=9月16日(金)

時間 午後1時30分～3時30分

場所 保健福祉センター(青野町)

定員 各先着2組

※事前申し込みが必要です。

<申し込み・問い合わせ>

市地域包括支援センター(高齢者介護課内)

電話(42)4262



第40回京都府北部 児童・少年少女合唱団交歓演奏会

♪府北部の子どもたちの合唱団、10団体による発表会です!ぜひ聴きにきてください♪

日時:7月31日(日)午後1時～

会場:中丹文化会館(里町)

<出演団体>

- ・ひよこ合唱団
- ・ふくちやま児童合唱団
- ・まいづる児童合唱団
- ・みやづkidsハーモニー
- ・岩滝ジュニアコーラス
- ・大宮児童合唱団
- ・峰山少年少女合唱団
- ・与謝野児童合唱団エンゼルハーモニー
- ・網野グリーンクワイヤー
- ・久美浜児童合唱団

<問い合わせ>

文化・スポーツ振興課 電話(42)4356



募集!

サマーボランティア体験2016

～ふれあい福祉体験～

社会福祉協議会とあやべボランティア総合センターは、地域の高齢者や障がい者、子どもたちとの触れ合いを通して思いやりの心を育み、また今まで気付かなかった新しい自分に出会うなど、大きく成長するきっかけとなることを願い、参加者を募集しています。

今年もこの体験を通して、心に響く感動を味わっていただきたいと思います。

★体験期間 8月1日(月)から21日(日)のうち3日間

★体験場所 市内の社会福祉施設など
(高齢者・障がい者・児童など)

★申し込み 6月30日(木)まで

★対象 市内在住、在学、在勤の人

※パンフレットは「あやべボランティア総合センター」のホームページからダウンロードできます。

<問い合わせ・申し込み>

あやべボランティア総合センター

電話(40)1388、ファクス(40)1389



綾部市永井賞募集!



■応募期限

9月16日(金)必着

■応募条件

市内の地域産業(商工、観光、農林漁業)の振興・発展に貢献、または将来性のある取り組みを行っている団体・企業・個人(自薦・他薦は問いません)。

■顕彰の種類(褒賞品目)

永井大賞、永井賞、永井奨励賞
(賞金100万円、50万円、30万円)

■応募方法

所定の応募用紙に必要事項を記入の上、応募してください。

◇市ホームページ <http://www.city.ayabe.lg.jp/>
(産業・ビジネス/産業)から応募用紙をダウンロードできます。

<応募・問い合わせ>

商工労政課 商業担当 電話(42)4263

介護者家族教室

～高齢者を介護されているご家族

これからに備えて学びたい方へ～

介護について1人で悩んでいませんか？いろいろな情報を聞いたり、介護についての体験談など同じ悩みを持つ者同士で話してみませんか？

開催日時	内容 開催場所 など
7月22日(金) 午後1時30分 ～3時30分 (受付午後1時～)	テーマ：介護は一人じゃないよ、大丈夫！ ～認知症ケアから得たもの～ 講師：特定非営利活動法人ふきのとう理事長 認知症介護指導者 福井 高子さん 会場：中筋小規模多機能型居宅介護施設 丹都(岡町) <申し込み・問い合わせ> 中部地域包括支援センター 電話(43)2888
8月2日(火) 午後1時30分 ～3時30分 (受付午後1時～)	テーマ：みんなでつくる 簡単 やさしい 高齢者の食事 講師：社会福祉法人 松寿苑 管理栄養士 盛 香枝さん 会場：保健福祉センター(青野町) <申し込み・問い合わせ> 高齢者介護課 電話(42)4262 綾部市社会福祉協議会 電話(43)2881

京都弁護士会 綾部法律相談センター

京都弁護士会は、法律問題で困り事がある人のために法律相談を実施します。気軽にご相談ください。

日時 7月7日、14日、28日(木)
午後1時～4時20分
場所 市民ホール(宮代町)
※あやバス「市民ホール前」下車すぐ
費用 40分 5,400円
※収入が一定額以下の人は無料
予約 相談日の前日までに電話で丹後法律相談センターへ。予約件数に達した場合は締め切ります。

<申し込み・問い合わせ>
丹後法律相談センター 電話0772(68)3080
※受付時間は、平日午前9時～午後5時

🐾飼っているイヌ・ネコが迷子になったら

すぐに警察署、保健所、市役所へ連絡しましょう。飼い主が見つからない場合、「殺処分」の可能性があります。

飼っているイヌやネコには鑑札や狂犬病予防注射済票(イヌの場合)、迷子札を必ず着けて下さい。

🐾飼い主に守ってほしいこと

たったひとつのいのちを大切に

・イヌの放し飼いやリードなしの散歩、また、動物を捨てることは動物愛護法により禁止されています。



・ネコは室内飼いをし、繁殖を望まない場合は避妊・去勢手術をするようにしましょう。

<問い合わせ>保健推進課 電話(42)0111

綾部市国民健康保険の加入者へ

◇国民健康保険料、一部負担金の減免について

綾部市国民健康保険では、保険料や医療機関に支払う一部負担金について、災害や廃業、失業などにより前年と比べて所得が激減し、生活が著しく困窮した場合に減免を受けられる場合がありますので、ご相談ください。

◇非自発的失業者の保険料の軽減について

- 対象者
会社の倒産や解雇など非自発的な理由により離職した65歳未満で、雇用保険受給資格者証に記載の離職理由番号が「11, 12, 21, 22, 23, 31, 32, 33, 34」の人
- 軽減内容、軽減期間
前年の給与所得を100分の30として計算
離職日の翌日の属する月から翌年度末まで
- 申請に必要なもの
雇用保険受給資格者証と印鑑

<問い合わせ>市民・国保課 電話(42)4246

後期高齢者医療保険に 加入の皆さんへ

○新しい保険証をお届けします！

現在お持ちの保険証(桃色)の有効期限は、平成28年7月31日です。新しい保険証(うぐいす色)は、7月中旬に簡易書留で郵送します。

○平成28年度の保険料額が決定します！

平成28年度にお支払いいただく保険料の決定通知書を7月中旬に送付します。お手元に届きましたら、保険料額とお支払い方法をご確認ください。

<問い合わせ>
市民・国保課 国保年金担当
電話(42)4246



平成28年度国民年金保険料 免除・猶予申請の受け付け開始は7月！

経済的な理由などで国民年金保険料の納付が困難な場合に、保険料の納付が免除・猶予される制度があります。

平成28年度(平成28年7月～平成29年6月)の免除などの申請は7月から受け付けを開始します。

申請を希望する人は、下記の必要なものをお持ちの上、市民・国保課の窓口へお越しください。

制度や申請について、詳しくは市民・国保課へお問い合わせください。

【申請に必要なもの】

- ・年金手帳
- ・失業された方…雇用保険被保険者離職票や雇用保険受給資格者証など
- ・代理人がお越しになる場合…申請者の印鑑

<問い合わせ>市民・国保課 電話(42)4246

2016 あやべ就職応援フェア

大学、短期大学、専門学校等の来春卒業予定者、U・Iターン希望者、一般求職者などを対象にフェアを開催します。入場無料、予約・履歴書も不要ですので、お気軽にご参加ください。

日時 8月11日(木・祝)午後0時10分～3時30分
(面接会は午後1時30分～3時30分)

会場 京 綾部ホテル(味方町)

設置コーナー(予定)

- ◆就職面接会
(綾部市や近隣市町に所在する平成28年度中か平成29年春に採用予定の事業所)
- ◆U・Iターン相談コーナー
- ◆就職個別カウンセリング
- ◆適職診断コーナー ほか

<問い合わせ>

商工労政課雇用促進担当 電話(42)4265

工場設置奨励金交付申請受付中

市内の既存企業で生産設備を新設などされた企業に対し、奨励金を交付します。

【対象企業】

生産設備の取得合計額が1か年ごとに1億円
(中小企業者は500万円)以上の企業

【生産設備の取得期間】

平成25年1月2日～平成28年1月1日

【申請書の提出期限】

6月30日(木)

◆申請書は市ホームページ<http://www.city.ayabe.lg.jp/>(産業・ビジネス/工業/優遇制度/綾部市工場設置奨励金制度)からダウンロードできます。

<問い合わせ>

商工労政課工業担当 電話(42)4264

☆男女共同参画を考える講座☆

あいアカデミー

◆第2講座◆

日時 7月16日(土)午後1時30分～3時30分

場所 I・Tビル2階 多目的ホール(西町一丁目)

演題 法的支援にまつわる基礎知識
～女性(ワタシ)と子どもを
守るためにできること～

講師 吉田 容子さん

市民共同法律事務所弁護士
立命館大学法科大学院教授

親権、監護権、面会交流、養育費、子連れ別居など子の監護(子どもと一緒に暮らし、その成長を見守ること、現実的な養育)に関わる問題について、法的支援の現場から学びます。

<問い合わせ>あいセンター 電話(42)1801

◎入場無料・申込不要

◎保育ルーム:要予約

※7月1日(金)まで

【あやべ水無月まつり】 あいセンター無料開放 7月23日(土)午後6時～9時 I・Tビル5階(西町一丁目)

花火も楽しめます♪ 軽食OK!
みんなが気持ちよく利用できるよう
ご協力をお願いします。
※お酒・たばこはご遠慮ください



<問い合わせ>あいセンター 電話(42)1801

～海上保安学校学生採用試験～

《採用予定時期》 平成29年4月

《第一次試験》 9月25日(日)

《募集内容》

船舶運航システム課程・航空課程・情報システム課程・海洋科学課程の各学生。卒業後は海上保安官として勤務

《受験資格》

- ・平成28年4月1日において高等学校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して5年を経過していない人
- ・平成29年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの人

《申し込み期間》

インターネット 7月19日(火)～7月28日(木)

郵送・持参 7月19日(火)～7月21日(木)

<問い合わせ>

舞鶴海上保安部管理課

電話0773(76)4120、ファクス0773(76)4121

CO₂削減/ライトダウンキャンペーン

電気を消して、家族みんなで地球温暖化について考えよう。

6月21日「夏至ライトダウン」
7月7日「クールアース・デーライトダウン」

<ライトダウンする夜は、みんなが地球を想う夜。>
をスローガンに、6月21日(火)から7月7日(木)までの間、全国各地でライトダウンキャンペーンが実施されます。皆さんもぜひ、夏至や七夕の夜、夜8時から10時までの2時間、電気を消して、静かに、地球の温暖化問題と、私たちの未来について、想いをめぐらせてみませんか。

<問い合わせ>環境保全課 電話(42)1489

みなつき献血にご協力を!

日時: 7月23日(土) 午前10時～正午、午後1時～3時30分

場所: 保健福祉センター(青野町) <問い合わせ>保健推進課 電話(42)0111



あやちゃん健康だより

<問い合わせ>

保健推進課

電話0773(42)0111

FAX0773(42)5488

6月は食育月間！毎月19日は食育の日



主食、主菜、副菜を基本に、食事バランスを考え、「食塩や脂肪は控えめにする」、「調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なくする」、「野菜をたくさん食べる」などできることから始めてみましょう！

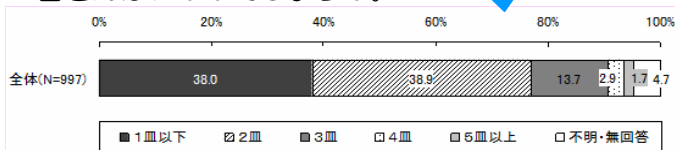
綾部市の皆さんの野菜摂取量は？

野菜70gを1皿として、1日に何皿ぐらい食べられるかアンケートを実施しました。(H23年度の結果より)

その結果、「2皿」が38.9%で最も多く、次いで「1皿以下」が38.0%となっています。

アンケート結果は意外と少ないですが、皆さんはいかがでしょう。

なんと2皿以下が約80%



野菜を食べると体に良いことがたくさん！ 野菜の栄養ってすごい！！

- ・食後の血糖上昇を抑える
- ・血清コレステロールの増加を防ぐ
- ・便通の改善やがん予防になる
- ・低エネルギー食品で、食べ過ぎを防止
- ・ビタミン・ミネラル・抗酸化作用があるものが多く、免疫力を高め、病気や風邪予防になる

生活習慣病予防！
肥満予防！

まずはプラス1皿食べましょう！ レンジで3分！簡単調理♪小松菜のゴマ和え

これで+1皿！

【材料】2人分

小松菜 150g 砂糖 大さじ1

しょうゆ 小さじ1 黒すりごま 大さじ1

【作り方】

- ①小松菜はよく洗い、根元の部分は4つ割にしてから長さ3cmに切る。
- ②ビニール袋に①を入れ、口を緩く縛り、電子レンジで3分加熱する。
- ③水気を取り、しょうゆ、砂糖、黒すりごまを合わせて小松菜を絡め、少し置いてから器に盛る。

目標1日350g!

少しずつ増やして、1日5皿を目標に食べましょう！

6月の食育月間中、保健福祉センターでは、食育コーナーを設け、毎日の料理に役立つ献立集や野菜たっぷりの簡単レシピなどを設置しています。ぜひお立ち寄りください。

健康運動指導者を派遣します！

- 内容 リズム体操、ストレッチなど
- 派遣料 無料(営利目的は対象外)
- 指導時間 1時間程度
- 利用回数 1団体につき年3回まで

水夢のインストラクターが皆さんの職場や自治会、子育てサークルに出向いて運動を指導します！



<申し込み・問い合わせ>

あやべ健康プラザ 水夢 電話 (40) 1788

歯を失う原因の1位はご存じですか？ 実は歯周病（成人の8割が歯周病）です!!

<歯周病チェックリスト>

- ☐ 歯ぐきの色が紫または赤黒い
- ☐ 歯の表面がネバネバする
- ☐ 歯石が付いている
- ☐ 口臭が強くなった
- ☐ 歯のすき間によくものが挟まる
- ☐ 歯ぐきから出血することがある
- ☐ 時々歯ぐきが腫れて痛む
- ☐ 歯が動く感じがする



※チェックリストに当てはまる項目があれば、早めに歯科医院に相談しましょう。何もなくても定期的に歯科検診を受けましょう。

<歯周病を招きやすい生活習慣>

- ①生活が不規則である。
- ②間食が多い。
甘いものが多い、間食の回数が多い人は、虫歯や歯周病になりやすい。
- ③疲労やストレスをためている。
- ④よくかまずに食べる。
かむと唾液がよく出る。肥満予防にも。
- ⑤たばこを吸う。
たばこは歯周病にかかりやすく進行を早める。
- ⑥歯科検診を受けたことがない。

※歯磨きだけでは落ちにくい歯のすき間の歯垢は、歯間ブラシやデンタルフロスを使うと、きれいに取り除けます。

第12回
綾部市立病院

市民のための
学術
講演会

入場
無料

医師が専門分野について
わかりやすく講演します。
多数ご来場ください。

7/30(土) 午後 1:30 ~

I・Tビル2階(西町1丁目)

—演者— ※順不同

千丸貴史 内科
荻野嘉夫 産婦人科
下村雅律 呼吸器外科
莊子万可 泌尿器科
徳川誠治 整形外科

お問合せ 綾部市立病院 管理課 TEL0773-43-0123